

**Creador:** Sonia Campos



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Económico

**El truco de esta receta:**

puedes sustituir los tomates por una lata de triturado de 400g

## **Descripción:**

otra manera de comer pescado para los que no somos muy aficionados!!

## **Ingredientes para 2 personas :**

- 3 filetes de lenguado
- 2 patatas medianas
- 4 pimientos verdes medianos
- 4 tomates maduros
- media cebolla o una cebolla mediana
- una copa de vino blanco
- eneldo (opcional)
- aceite,sal,pimienta

## **Preparación:**

### **Paso 1**

cortar los filetes en 4 trozos,poner sal,eneldo y reservar,en una cazuela poner a pochar los pimientos picados y la cebolla cuando esten blanditos añadir los tomates picaditos y el vino cuando empiece a hervir añadir sal,pimienta y las patatas a ruedas gruesas,si tiene poco caldo añadir un poco de agua , tapar y dejar cocer hasta que las patatas esten casi listas ,añadir el pescado y dejar al fuego unos minutos y listo!!